

Утверждаю:
 Заведующий МБДОУ
 О.В.Ворон
 Дата 14.01.2026

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)	
		ясли	сад	ясли10,5ч	сад10,5ч
14.01.26	Завтрак:				
Н1Д3	суп молочный с крупой (пшено) <u>диета-</u> каша жидкая пшённая на воде с м/р	150	200/150	148,8	193,5
	кофейный напиток с молоком диета - чай с сахаром	150	180	85	91
	хлеб	30	40	136	176,8
	итого калорийность за завтрак				
	10-00 плоды свежие /сок	60/100	60/100	369,8	461,3
	обед:			40	40
	суп картофельный с гречневой крупой	150	200	62,5	82,1
	птица, тушённая в соусе с овощами	180	230	241,2	269
	кисель	150	180	78,9	105,5
	хлеб ржаной	30	35	52,2	61,07
	итого калорийность за обед				
	Полдник: оладьи/сгущёнка	60	60	412,8	529,7
	кисломолочный напиток <u>диета -</u> чий с сахаром	150	180	167	167
				75	92